Méthode de lecture rapide

Sommaire :

Introduction : lecture active VS lecture passive
Avant de commencer : lecture horizontale, verticale et diagonale

I) La lecture intégrale
1. Fixation et saccade
2. Les points de fixation
3. Les erreurs souvent commises

Rappels et entraînements

II) La lecture sélective et ses techniques
1. L'examen du texte
2. L'écrémage
3. Le repérage

Rappels et entraînements

III) Les petits plus
1. Mindmapping ou carte mentale
2. Techniques de mémorisation
3. La créativité

Rappels et entraînements

Conclusion

Introduction

Le fonctionnement de ce document est très simple. Nous allons vous présenter les techniques de lecture rapide reconnues et utilisées à travers le monde. Ces présentations seront toujours suivis par des entrainements à fin d'assimiler au mieux les différents outils. Le document est créer de façon à aller directement au but, sans tourner autour du pot, il se veut le plus pragmatique possible.
L'objectif à atteindre est loin d'être utopique. Nous voulons vous faire passer d'un lecteur normal, passif, à un lecteur rapide et efficace qu'est le lecteur actif, et nous allons y arriver.
L'intérêt n'est pas simplement de vous fournir les techniques existantes mais de vous apprendre à les utiliser en situation. A la fin de ce document vous saurez comment affronter chaque type de texte (livres, articles de journaux, annonces, mails..) pour en tirer toutes les informations désirées en un minimum de temps.
Nous verrons en première partie l'une des techniques les plus importantes qu'est la lecture intégrale ou complète, puis nous examinerons la lecture sélective permettant de traiter les autres types d'informations. Un dernier chapitre en bonus vous fera découvrir des outils dont vous n'arriverez plus à vous passer.

P.S : Si vous vous êtes procuré ce document c'est que vous avez compris l'intérêt d'améliorer sa vitesse de lecture et sa mémorisation. Suivez toutes les étapes de cette méthode et surtout ne lâchez rien. Les progrès seront beaucoup plus rapides que vous imaginez.

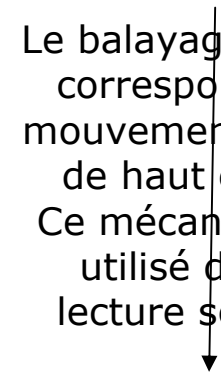
Avant de commencer

Avant de nous lancer dans le vif du sujet un éclaircissement s'impose.
Il existe trois types de balayage.
- Le balayage horizontal
- Le balayage vertical
- Le balayage en diagonal

- Le balayage horizontal consiste en un mouvement coutumier de l'œil de gauche à droite pour lire une ligne :

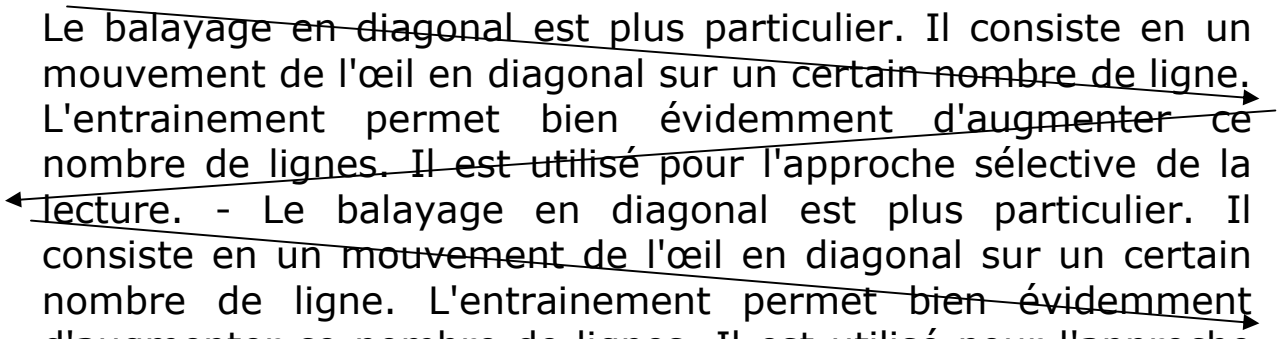
Le balayage horizontal consiste en un mouvement coutumier de l'œil de gauche à droite pour lire une ligne.

- Le balayage vertical correspond à un mouvement de l'œil de haut en bas. Ce mécanisme est utilisé dans la lecture sélective



- Le balayage en diagonal est plus particulier. Il consiste en un mouvement de l'œil en diagonal sur un certain nombre de ligne. L'entrainement permet bien évidemment d'augmenter ce

nombre de lignes. Il est utilisé pour l'approche sélective de la lecture :



Le balayage en diagonal est plus particulier. Il consiste en un mouvement de l'œil en diagonal sur un certain nombre de ligne. L'entrainement permet bien évidemment d'augmenter ce nombre de lignes. Il est utilisé pour l'approche sélective de la lecture. - Le balayage en diagonal est plus particulier. Il consiste en un mouvement de l'œil en diagonal sur un certain nombre de ligne. L'entrainement permet bien évidemment d'augmenter ce nombre de lignes. Il est utilisé pour l'approche sélective de la lecture.

Une quatrième forme de balayage existe, c'est le balayage mixte. Il combine simplement les différents types de balayages évoqués ci-dessus.

La précision au sujet de ces mouvements visuels peut paraitre pour certain superflue, il était néanmoins essentiel pour démarrer au mieux cette méthode. Les choses sérieuses vont maintenant commencer !

I) La lecture intégrale

La lecture intégrale ou complète est une technique fondamentale. Elle consiste à lire intégralement un texte à l'aide d'un balayage horizontal à une vitesse nettement supérieur qu'habituellement. Grâce à la maitrise de ces outils formidables vous allez doubler ou tripler votre vitesse de lecture ainsi que votre mémorisation en très peu de temps. Soyons clair, cette technique va être utilisé dans un but précis, acquérir des connaissances et informations sur le document étudié. Vous devez faire la différence avec la lecture dite lente qui consiste à lire un ouvrage (roman, poésie..) pour le plaisir en vous attardant sur chaque mot.

1. Fixation et saccade

Le mécanisme de lecture doit être compris à fin d'en améliorer l'efficacité.
Nous avons conscience de ces phénomènes que sont la fixation et les saccades grâce au scientifique français mondialement reconnu E.Javal.
La définition de ces deux termes est essentielle :

- Les points de fixation

Malgré ce que l'on peut penser, l'œil ne glisse pas sur la ligne continuellement, il se fixe aux mots pendant un quart de seconde avant de passer au suivant.

- Les saccades

Les saccades représentent le temps de déplacement d'une fixation à une autre, il dure environ un quarantième de seconde.

Voici un petit schéma pour bien comprendre :

Tout ça c'est bien, mais au final, comment augmenter sa vitesse de lecture ?

2. Les points de fixations

La différence entre un lecteur lent et un lecteur rapide *se trouve dans le nombre de points de fixations par phrase*. Quand un lecteur lent va fixer chaque mot, un lecteur rapide s'attachera à lire trois à quatre mots par fixation !

Quand un lecteur lent va fixer chaque mot, un rapide lira trois

mots par fixation.

Quand un lecteur lent va fixer chaque mot, un rapide lira trois mots par fixation.

On nous apprend dès les plus jeunes âges à lire tout les mots pour être certain de ne pas en oublier. La technique de lecture intégrale tient dans l'élargissement de nos champs de vision. Nous n'utilisons malheureusement pas notre vision périphérique de nous même, alors qu'elle permet d'élargir notre angle de vue. La clé de la lecture rapide est là et nous allons nous y entrainer.
Avant de passer aux exercices, voyons les petites erreurs à ne pas commettre.

3. Les erreurs souvent commises

Un éclaircissement s'impose. Une des questions les plus fréquentes de ceux ne pratiquant pas la méthode consiste à s'inquiéter au sujet de la mémorisation. En effet on peut se dire que lire vite c'est passer plus vite sur les mots et du même coup moins bien mémoriser. En réalité des études ont montré que c'était tous le contraire qui se produisaient. Un lecteur actif, rapide, va mieux mémoriser de part son attention portée au texte qu'un lecteur lent qui aura oublié le début de la phrase et devra revenir dessus. Statistiquement, un lecteur rapide retiendra mieux qu'un lecteur ne disposant pas de la méthode de lecture intégrale.

La subvocalisation est un phénomène qui ralentit fortement la lecture. Elle consiste à lire à haute voix des textes, souvent difficile, dans le but de mieux comprendre ce que l'on lit. Ce mécanisme nous est parfois resté depuis l'enfance où l'on était obligé de lire de façon à ce que les parents puissent contrôler. Si vous avez l'impression que vos lèvres bougent où que vous sentez vos cordes vocales trembler, c'est que vous subvocaliser.

Suivre avec le doigt votre lecture provient de la même manière du temps où vous appreniez à lire; on comprend facilement que le déplacement de l'œil est plus rapide que le doigt, c'est pourquoi il est impératif de ne plus l'utiliser.
Ces deux phénomènes sont donc à cesser immédiatement, un effort de votre part sera donc nécessaire pour vous contrôler.

Un lecteur lent doit souvent revenir en arrière parce qu'il a oublié le début de la phrase ou parce qu'il l'a mal compris. Certain lecteur relise ce qu'ils ont déjà lu de manières trop répétitives, c'est une mauvaise habitude à arrêter définitivement. Revenir en arrière doit être un phénomène tout à fait exceptionnel qui ne vous arrivera quasiment plus quand vous maitriserez la technique de lecture rapide.

Rappels et entrainements

Les mauvais comportements à éradiquer sont aux nombres de trois.

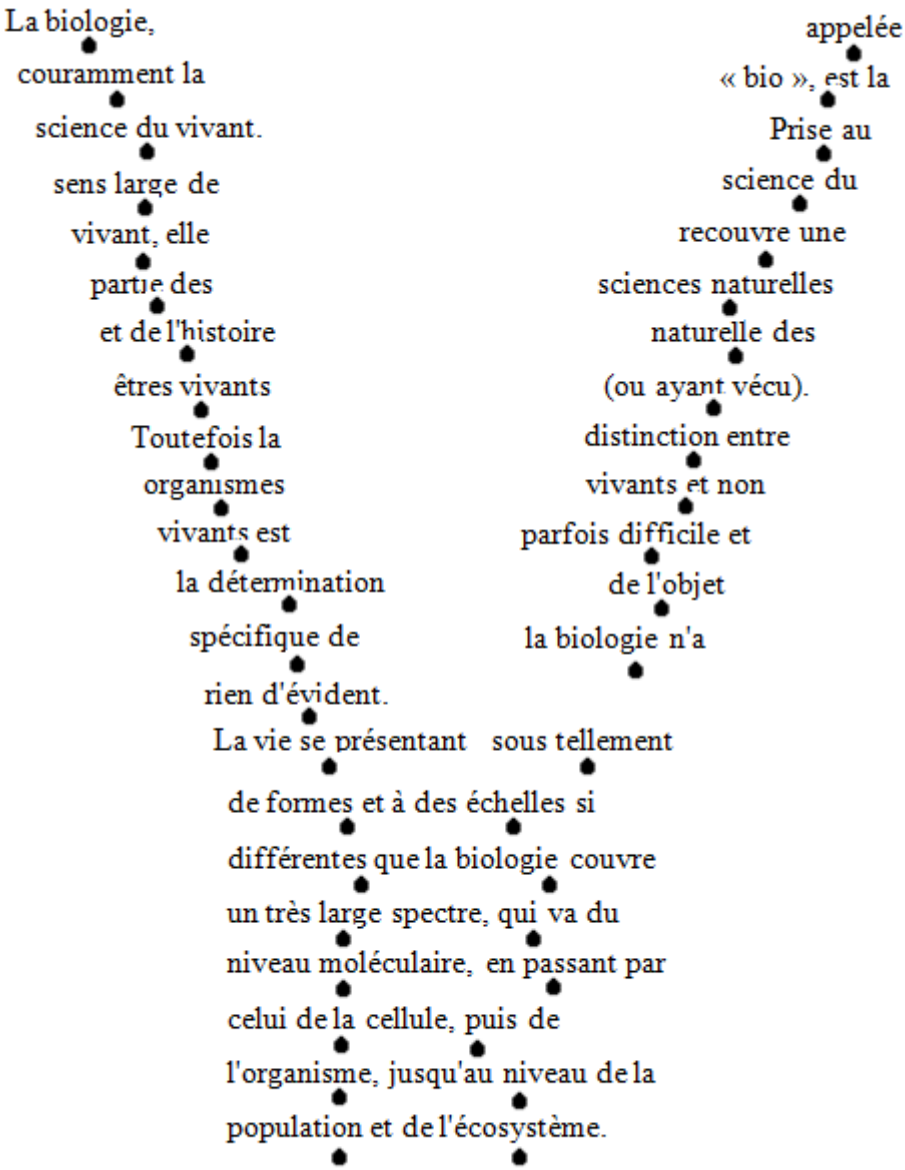
- la subvocalisation
- suivre la lecture avec son doigt
- revenir en arrière de manières répétitives

La technique à utiliser pour multiplier votre vitesse de lecture par deux ou trois tout en mémorisant mieux est de diminuer les points de fixations pour utiliser votre vision périphérique.

Voici quatre entrainements types pour prendre le coup :

Nous commençons tranquillement par un petit exercice permettant d'accroitre son champ de vision. Veuillez lire les mots en fixant le point noir et non le début de chaque mot :

Ci-dessous des textes tirés du célèbre outil Wikipedia. L'entrainement s'articule autour de deux exercices en Y dans lequel les points noires correspondent aux points de fixations. Entrainez-vous à fixer votre œil au-dessus de ces points pour lire le texte.


La biologie,
couramment la
science du vivant.
sens large de
vivant, elle
partie des
et de l'histoire
êtres vivants
Toutefois la
organismes
vivants est
la détermination
spécifique de
rien d'évident.
La vie se présentant
de formes et à des échelles
différentes que la biologie
un très large spectre, qui va du
niveau moléculaire, en passant par
celui de la cellule, puis de
l'organisme, jusqu'au niveau de la
population et de l'écosystème.
sous tellement
si
couvre
appelée
« bio », est la
Prise au
science du
recouvre une
sciences naturelles
naturelle des
(ou ayant vécu).
distinction entre
vivants et non
parfois difficile et
de l'objet
la biologie n'a

Ce n'est pas facile n'est-ce pas ? Ne vous inquiétez pas, vous allez prendre le coup.

Nous continuons sur un deuxième et troisième textes en Y, mais cette fois ci, sans les points noirs ! Attention une fixation par colonne autorisée !

Un wiki est un logiciel de la famille des systèmes de gestion de contenu de site web rendant les pages web modifiables par tous les visiteurs y étant autorisés. Il facilite l'écriture collaborative de documents avec un minimum de contraintes. Créé en 2001, Wikipédia est devenu peu à peu le plus visité des sites web écrits avec un wiki. Au milieu des années 2000, les wikis ont atteint un bon niveau de maturité. Ils sont depuis lors associés à ce qui est dénommé Web 2.0.

La lecture est l'activité de compréhension d'une information écrite. Cette information est en général une représentation du langage sous forme des symboles identifiables par la vue, ou par le toucher (Braille). D'autres types de lecture ne s'appuient pas sur le langage par exemple celle de partitions de musique ou de pictogrammes. D'autres acceptions du nom « lecture » ou du verbe « lire » s'« entendent » dans un sens plus large : lire les signes des temps. On pourrait penser que l'histoire de la lecture est la même que celle de l'écriture : on peut estimer que les premiers hiéroglyphes furent dessinés il y a 5 000 ans, les alphabets phonétiques les plus anciens ont environ 3 500 ans.
Pourtant, l'évolution des supports a également eu une grande influence. Les premiers ouvrages étaient écrits sur des rouleaux de papyrus enroulés en *volumen* dans un cylindre. Ils n'autorisaient donc qu'une vision partielle du texte à lire.

Pour le quatrième type d'exercices nous allons avoir besoin de matériel ! Rassurez-vous, une règle et un crayon suffiront.
Prenez un texte de votre choix, cela peut être n'importe quel type de lecture (article de journal, document scientifique, roman..). Selon la largeur du texte, tirer deux à trois lignes verticales à fin de séparer le texte en plusieurs colonnes, avec dans chaque colonne un nombre de mot identique. Ne dépassez pas plus de deux ou trois mots par colonne pour un premier essai.
Maintenant que le support est près, il ne vous reste plus qu'à vous entrainer à la lecture rapide en fixant chaque colonne une seule fois par ligne.
Cet exercice est simple à mettre en œuvre et très efficace, nous vous encourageons à le reproduire un grand nombre de fois sur des textes différents.

Conclusion sur la lecture intégrale

La technique peut paraître simple, elle demande malgré tout un entrainement pour devenir automatique. Forcez-vous sur vos dix prochaines lectures à lire en diminuant vos points de fixations pour utiliser votre vision périphérique; nous vous promettons que vous allez sentir par vous même rapidement la différence.

II) La lecture sélective et ses techniques

La maitrise de la lecture sélective doit permettre au lecteur de *s'adapter au texte en fonction de l'information qu'il recherche*. L'objectif n'est pas de lire tout le document mais d'atteindre au plus vite l'information désirée. Avec les techniques de lecture sélective, le lecteur actif va trouver les données qui l'intéressent de manière beaucoup plus rapide qu'un lecteur lambda. L'important est de définir dès le début le but de la lecture.

1. L'examen du texte

L'examen du texte consiste en une approche de quelques secondes ayant pour but d'en identifier le contenu. Cette approche est indispensable pour décider si le document mérite une quelconque attention, et si oui, de quel type de technique de lecture il relève. L'examen du texte consiste à lire toutes les informations qui ne sont pas au cœur du document. Ces informations comprennent le titre et sous-titre, les encadrées, le nom de l'auteur, l'introduction et la conclusion. Il est aussi essentiel de savoir de quel type est le document (publicité, annonce, article, rapport.. ?). Vous aurez alors en main toutes les informations pour décider si vous devez approfondir ou si vous avez eu assez d'informations. Vous devez utiliser cette technique dans le but de ne pas perdre de temps, *n'ayez pas de scrupule à sauter un article ou un quelconque document*, c'est comme ça qu'on gagne du temps pour lire des choses vraiment nouvelles et intéressantes. N'oubliez pas, rester actif sur vos lectures permettra d'économiser des instants précieux.

Il n'y a aucun intérêt à vous donner un texte à travailler. Utiliser l'examen de texte à chaque fois que vous abordez un nouveau document, il vous permettra de décider si une lecture intégrale s'impose, si vous devez utiliser l'écrémage ou le repérage ou si vous devez simplement le sauter.

2. L'écrémage

L'examen de texte nous à permis d'identifier le document et de savoir si il y avait un intérêt à l'approfondir. L'écrémage est une technique très utile sur les documents tels que les rapports (hebdo, mensuel..) ou les articles de journaux traitants d'un sujet déjà évoqué (guerre, pandémie grippale..). *Cet outil permet de cerner rapidement la nouveauté du texte et/ou d'en comprendre l'idée essentielle*.
L'écrémage nécessite deux types de balayages définis au début de ce document que sont le balayage diagonal et le balayage horizontal ainsi que l'utilisation de mot clés.
Pour bien comprendre l'utilisation de cet outil nous allons nous servir d'un article du Figaro sur la guerre en Afghanistan.
L'examen du texte, qui est le préambule indispensable à toute lecture, nous permet de définir les mots clés importants. Nous voulons savoir (par exemple) à quel point la guerre "s'intensifie", est ce en nombre d'homme envoyé ? De supposé terroriste tué ? Nous disposons donc de deux pistes de recherche qui sont les soldats et les terroristes talibans.
La recherche en diagonale va nous permettre de passer rapidement sur des paragraphes dont les informations ne sont guères nouvelles. Une fois un mot clé identifié, il sera nécessaire de passer en lecture horizontale pour prendre l'information désirée. Des flèches sur l'article vont vous permettre de mieux comprendre de quelle façon utiliser les balayages.

Afghanistan : la guerre contre les talibans s'intensifie

Les Américains ont déjà déployé 38 000 soldats en Afghanistan, et commandent, via les structures baroques de l'Otan, un total de 75 000 hommes. AFP/SHAH Marai

Les troupes de la coalition annonçaient vendredi avoir tué 40 talibans, alors que le président Karzaï juge que les renforts américains «arrivent trop tard».

Il ne se passe plus de journées à Kaboul sans plusieurs alertes aux commandos suicides des talibans, alors que dans les régions septentrionales du pays, et jusqu'à 30 kilomètres de la capitale, les fondamentalistes musulmans sont réputés se mouvoir sans être inquiétés. Vendredi, à la veille du Nouvel An afghan et des fêtes familiales qui l'accompagneront, la guerre a pris une intensité nouvelle : en une journée, les forces américaines et afghanes ont annoncé avoir tué quarante talibans, lors de trois opérations distinctes.

Sept ans après le lancement de l'offensive occidentale contre les talibans, jamais l'issue de cette guerre n'a été aussi incertaine. Ces résultats médiocres divisent les Afghans et leurs alliés occidentaux, chacun se renvoyant la responsabilité de cet échec. Jeudi, le président afghan déclarait qu'il sollicitait des renforts à Washington en vain, depuis 2002 : «Nous n'avons cessé de demander, a-t-il déclaré à la télévision. Ce n'est jamais venu.» Et d'ajouter que les 17 000 hommes promis par Obama «arrivent sept ans trop tard», mais qu'ils sont «les bienvenus pour apporter davantage de sécurité au peuple afghan».

Les Américains ont déjà déployé 38 000 soldats en Afghanistan, et commandent, via les structures baroques de l'Otan, un total de 75 000 hommes, sans compter les forces afghanes, en nombre équivalent. Face à eux, quelque 40 000 talibans désormais rompus aux techniques de guérilla, et qui assassinent les chefs locaux ne se soumettant pas à leur règne de terreur.

C'est bien ce qui s'est passé pour le député Dad Mohammad Khan, abattu jeudi dans son district de Gerechk. L'homme était réputé pour ses prises de positions antitalibanes. Ce même jour, dans la même province du Helmand, la principale région productrice d'opium en Afghanistan, les talibans attaquaient une patrouille américano-afghane, «à l'arme légère et à la roquette», selon un communiqué diffusé hier à Kaboul. Bilan : trente morts du côté insurgé. Au sud de la capitale, trois talibans étaient abattus alors qu'ils fabriquaient des ceintures d'explosifs. Enfin, 7 autres insurgés étaient tués dans la province de Farah, avant qu'ils ne s'attaquent à la maison du gouverneur local.

... envoyé spécial à Kaboul, François Hauter
20/03/2009

Les trois termes (soldats, homme et talibans) ont été surlignés en rouge pour bien les distinguer. Le balayage diagonal a permis de les trouver rapidement puis le balayage horizontal d'en extraire les informations désirées. Les phrases soulignées sont celles qui ont pour nous (dans notre exemple) de l'importance.

Quand une personne normale perdra son temps à lire tout l'article, vous capterez l'information nouvelle en cinq à dix fois moins de temps. L'écrémage est très efficace pour la mise à jour des connaissances dans des articles de journaux mais aussi sur des rapports, documents administratif et tout document n'étant pas réellement nouveau pour vous.

Comme pour tout nouvel outil, un temps d'adaptation sera nécessaire. Rechercher un mot clés en diagonal peut paraitre délicat dans un premier temps.

Attachez vous à n'embrasser que deux lignes à la fois pour commencer, puis vous élargirez de vous mêmes votre champs de vision. L'écrémage vous donne un vrai avantage. Utilisez-la sur les prochains rapports, dans peu de temps vous la maitriserez complètement.

1. Le repérage

Le repérage est un outil différent de l'écrémage au sens ou vous n'êtes pas habitué au document, et que ce n'est pas l'examen du texte qui va vous donner l'idée ou les informations importante à chercher. *Le repérage est utilisé quand vous savez d'avance ce que vous allez rechercher*, comme dans le cas de petites annonces ou lors d'une demande de rendez vous dans un courrier électronique que vous recevez.

Cette technique est d'une grande efficacité mais nécessite un entrainement. Le repérage utilise les trois types de balayages, verticale par exemple dans des petites annonces ou des publicités, diagonale pour les courriers électroniques et horizontale pour lire l'information une fois qu'elle a été trouvée.

Nous allons nous entrainer à trouver de l'information grâce au balayage verticale. Voici deux petits exercices pour vous y habituer :

Dans les quatre listes de mots, entrainez-vous à la lecture verticale en trouvant le mot associé à la mer le plus rapidement possible. Attention, pas plus de trois seconde par colonnes !

boue	pull-over	singe	clavier
traineau	poignée	polaire	pirate
cheval	carte	nuage	pomme
pyjama	calculatrice	télévision	toit
lutin	journal	fauteuil	saxophone
feuille	baleine	piano	médicament
huitre	lampe	téléphone	ordinateur
jambon	luciole	coquillage	boite
pépin	fumée	château	dictionnaire
livre	bonsaï	balcon	radio
lampe	licorne	bouteille	cartable

Plus dur maintenant ! Trouvez le plus rapidement possible dans ces petites annonces un garage à louer ne dépassant pas 50 euros par mois. Pensez à l'examen du texte avant toute chose..

VÉHICULES

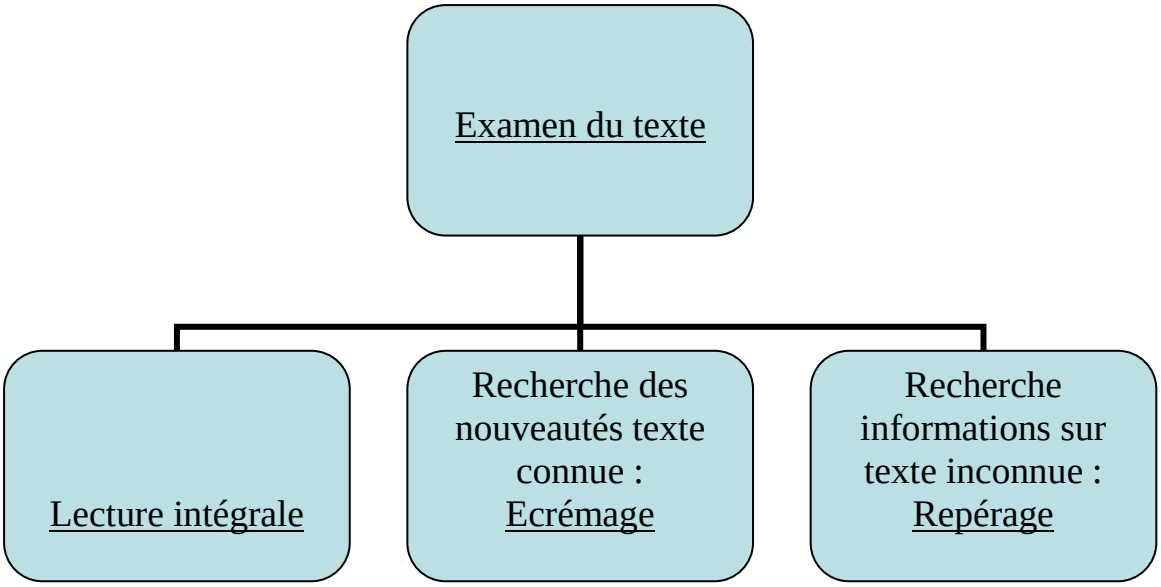
- Vds **Polo** 1.6 L an 1995, ct ok idéal 1er main, 950€ Tél. 06 82 19 6031
- Vds **booster** SIM 49,9 cm3, 12000 km, batterie neuve TBE 800€ à déb Tél. 06 22 98 58 38
- Vds **Xsara Picasso** 2.0 HDI 2003, 125000 km, 4 pneus, distrib, freins & disques neufs 6900€ à déb Tél. 04 42 58 29 01 ou 06 80 84 97 49
- Vds **Clio 3** diesel noire 1,5 L DCI exception, 5 ptes an janvier 2008, 40000 km, 5 cv 1er main nbs options 12500€ Tél. 06 84 51 77 13
- Vds **Polo TDI** an nov. 2007, 4 cv, 5 ptes, clim, 27000 km TBE 9800€ Tél. 06 66 93 42 38
- Vds **Fiat Punto** 55, 4 cv essence an 98, 127000 km, ct ok, frais d'entretien joints, 1300€ Tél. 06 03 55 93 38
- Vds **Mégane 2,** 1.6 16 v an 2004, 74000 km, ct ok à voir rapidement 7000€ Tél. 06 71 25 41 37
- Vds **C4** neuve, an 2007, 13000 km 1.6L pack ambiance 1er main 13100€ à voir Tél. 04 42 58 40 31 ou 06 81 85 55 30
- Vds **Citroën C4** année 2005, modèle 138 hdi, 82000 km, rouge, excellent état toit panoramique 11000€ Tél. 06 25 05 14 83
- Vds **caddy Life** Volkswagen break 5 places, 75 cv an 2006, 36000 km Tél. 04 42 58 01 04
- Vds **Fiat Punto** an 1995, 200000 km, distribution refaite 300€
- Vds **meuble TV** en pin TBE 50€ + table salon bois 100€ + table à langer 20€ + gd fauteuil noir 40€ + divers Tél. 04 42 65 83 13
- Vds **moustiquaire** de lit blanche pour déco chambre petite fille 10€ Tél. 06 75 24 42 08
- Urgent vds **chaudière fioul** chauffage/eau, grande capacité de chauffe + 2 cuves fioul 1000 L prix intéressant Tél. 06 20 24 04 51
- Vds **table carrelée** pour cuisine 50€ + 2 panneaux de rideaux en dentelle 20€ + 2 jardinières en ciment 63X24, 20€ + poêle à pétrole 60€ Tél. 06 27 52 64 26
- Vds **double vitrage** 140X140 alu coulissante, 200€ Tél. 04 42 53 24 52
- Vds **tondeuse** à gazon Valoisirs élec 1500 watts, 4 roues + panier à herbe TBE diamètre de coupe 45 cm, 70€ Tél. 04 42 58 06 38 ou 06 74 25 27 08
- Vds **décolleuse** à papier peint bac pour professionnel avec bouteille de gaz 50€ + bouteille de gaz vide 5€ Tél. 06 13 59 72 36
- Vds **meuble TV** 10€ + meuble ordinateur 10€ + vélo appartement 10€ Tél. 06 24 86 73 89
- Vds **ordinateur** Atari 1040 ST extension 4 mega + Tos 1.3 avec moniteur, imprimante & disquettes vierges 60€ Tél. 04 42 58 40 06 ou 06 77 03 82 23
- Vds 60 **pelotes** de 50 gr coton blanc Sartel fleuri, 1€ la pelote Tél. 06 29 60 92 29 (HR)
- Vds **radiateur** extra plat en fonte long. 1m20, 20€ à déb + échelle à coulisse bois état neuf à voir long. dépliée 9m50, 100€ Tél. 06 13 59 72 36
- Vds **nappe** blanche brodée pour 2 tables réunis 4m60 avec 24 serviettes TBE jamais servie + donne télévision couleur stéréo, cd double cassette radio, chaîne musicale stéréo avec cassettes & fonction auto pour disques Tél. 04 42 58 02 85
- Vds **vêtements** fille 12 mois & 18 mois + maxi cosi TBE prix intéressants Tél. 06 16 05 45 29
- Vds **baby-foot** Sulpie type Benjamin état neuf, acheté 1082€, structure hêtre massif, 155X100X92 cm, 85 kg cédé 600€ Tél. 04 42 51 38 35 ou 06 14 59 59 01
- Vds **rameur** de muscu 40€ + vélo ville dame TBE 40€ + monture chaise en noyer 10€ + manteau astrakan T. 42, 50€ Tél. 04 42 58 14 82
- Vds **vélo d'appart.** David Douillet, an 2007 bon état, blanc & bleu, fonctionne par système d'inertie, 80€ Tél. 06 16 12 75 59
- Vds **table** sam provençale 220x90, 6 chaise paillées en noyer de France 600€ Tél. 06 75 56 67 03
- Vds **gazinière** Faure 4 feux gaz très peu servie état neuf couleur grise 100€ + machine à café Robolux neuve 10€ + divers objets Tél. 06 17 72 60 32
- Vds **buffet** bibliothèque Louis Philippe en merisier massif excellent état valeur 3000€ cédé 1500€ à déb + table monastère en chêne massif TBE valeur 1500€ prix à déb Tél. 06 82 14 35 71 ou 06 75 22 51 71 (HR)
- Vds **machine à laver** Faure 5 kg, 30€ Tél. 06 73 46 20 42

LOGEMENT

- Particulier à particulier cherche appartement à louer **T1** faire offre Tél. 04 42 51 20 02 ou 06 78 92 82 33
- Urgent recherche **box** ou garage sécurisé sur Gardanne Tél. 06 20 24 04 51
- Vds **caravane** Rapido golf 320 3 pl. surbaissée bon état lit fait 1983, auvent + chambre annexe neufs, 2 roues de secours roue jockey neuve PTC 680 kg, 2300€ Tél. 06 33 77 11 19
- Cherche **garage** à louer sur Biver ou Gardanne Tél. 06 14 36 71 31
- Vds sur Gardanne beau appartement **T2/3** dans résidence au 2ième & dernier étage Tél. 06 83 83 19 11
- Vds maison **T5** sur Gardanne, 115 m2 sur 575 m2 de terrain, piscine semi-enterrée, garage, 324000€ Tél. 04 42 29 27 63
- Loue **bureau** environ 100 m2 au 1er étage avec clim, ZI Bompertuis, bail 3/6/9 ans 690€ HT Tél. 04 42 51 31 70
- Loue **garage** avenue Pierre Brossolette n° 533 Tél. 04 42 58 48 90
- Loue **garage** à Gardanne avenue St-Victoire 50€/mois Tél. 04 42 65 88 43
- Vds **maison de village** à Gardanne, proche de la mairie, 60 m2, balcon, double vitrage, calme, abri attenant à la maison, cuisine, salon, 2 chambres, mezzanine, 170000€ Tél. 04 42 53 13 67

Rappels et conclusion sur la lecture sélective

L'objectif de cette méthode est encore et toujours de vous faire devenir un lecteur actif. La lecture sélective définit totalement le lecteur actif, pour la raison qu'il décide de la façon dont il va aborder le texte pour le traiter au mieux.
Avant toutes choses l'examen du texte est impératif. Les titres, sous-titres, encadrés, et parfois introduction et conclusion doivent être parcouru. De cet examen vous déciderez d'utiliser les différentes techniques de lecture ou de passer à une autre chose. Le schéma suivant illustre le mécanisme que vous devez suivre :



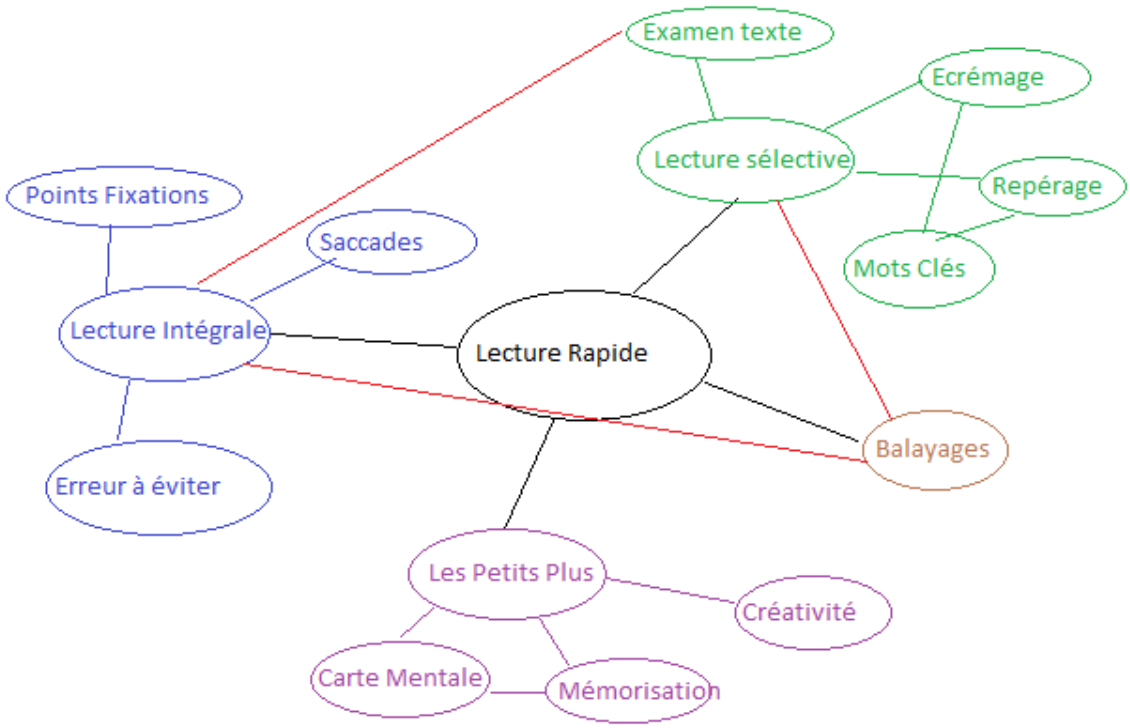
III) Les petits plus

1. Mind Map ou carte mentale

La Mind Map ou carte mentale (ou encore schéma heuristique) est un puissant outil inventé par Tony Buzan dans les années 70. Cet ingénieux instrument fut détourné à de nombreuses reprises dans divers travaux. Nous allons l'utiliser dans nos lectures car il permet de *les mettre au clair, de mieux retenir les concepts et de mieux faire les liens entre les idées*. La carte mentale permet de synthétiser un texte de manière efficace et nous vous conseillons de l'utiliser pour chacune de vos lecture un tant soit peu technique.

Le principe est simple. Prendre une feuille de papier et un crayon puis définir le concept central de la lecture. Le concept central est quasiment toujours présent dans le titre de votre lecture, il ne sera donc pas difficile à découvrir. Ecrire ce concept au centre de la feuille dans un cercle. Vous pouvez alors commencer votre lecture. A chaque nouvelle idée ou concept que vous jugerez important, crée une nouvelle bulle et rattachée là au concept principal ou à l'idée à laquelle elle s’est liée. L'utilisation de couleurs peut faciliter la mémorisation et la compréhension. Vous allez créer un schéma qui regroupera l'ensemble des idées et concepts important dans votre lecture tout en les mémorisant.

Voici la carte de cette méthode de lecture rapide :



Entrainement

Pour vos prochaines lectures techniques, munissez-vous d'une feuille et d'un crayon, puis écrivez le concept principal au centre. Créez des bulles pour chaque idée qui vous semble importante. Vous allez voir, il suffit de faire l'effort d'avoir le matériel et ça va aller tout seul.

Conclusion

La carte mentale est un outil aussi puissant que simple. Prenez l'habitude de vous en servir, il vous sera d'une grande aide pour clarifier et mémoriser vos lectures les plus complexes.

2. La mémorisation

Vous savez que la mémoire est d'une extrême importance. Certain en sont mieux pourvus que d'autre, c'est la loi de la nature. Néanmoins, certaines techniques simples de mémorisation sont très efficaces et peuvent vous permettre de vous différencier de vos collègues. En voici deux intéressantes :

- la mémorisation d'un document ou d'un cours, peut être rendu plus facile par une prévisualisation. Si vous savez que vous allez devoir apprendre un document le lendemain, regardez chaque page pendant deux secondes juste avant de vous coucher. Votre mémoire visuel va l'enregistrer, et votre cerveau va travailler pendant la nuit. Le lendemain ce document va vous sembler plus que familier et l'apprentissage n'en sera que plus simple. Cette petite technique de mémorisation est beaucoup plus efficace qu'il n'y parait et nous vous encourageons à penser à l'utiliser.

- le regroupement permet de doubler sa capacité de mémorisation. Comment est ce possible ? Simplement en regroupement des mots entre eux.
Voici en exemple une liste de dix mots :
Pétrole cheval cahier radio antiquité porte arbre ruisseau livre piano
Il n'est pas simple pour tout le monde de les retenir d'un seul coup. La technique du regroupement va diviser le nombre de terme à retenir par deux, il suffit de regrouper les mots deux par deux en les mémorisant. Voici ce que ça donne :
Un pétrole-cheval, un cahier-radio, une antiquité-porte, un arbre-ruisseau, un livre-piano
Vous avez la possibilité de vous aider avec vos doigts pour compter les termes voir de changer l'ordre des termes si vous ne devez pas les retenir dans un ordre particulier :
Un ruisseau-pétrole, un cahier-arbre, un piano-radio, une porte-antiquité, un livre-cheval

Grâce à la technique de regroupement vous pouvez mémoriser deux fois plus de termes que normalement. Ce principe est aussi applicable au nombre, il est en effet plus facile de retenir des chiffres regroupés par deux qu'une listes de chiffres :
39482034 et 39 48 20 34

Conclusion

Ces techniques de mémorisation doivent devenir une habitude, elles vous permettront de vous distinguer des autres. Les gens ne sont pas forcement plus brillant que vous, ils disposent simplement de meilleurs outils. Maintenant c'est vous qui les maitrisées.

3. La créativité

La créativité est trop souvent associée à une élite d'artiste ou de gourou du marketing, bien que cela soit plus évident pour certaine personne, un grand nombre de technique peuvent vous permettre d'être vous même créatif. Nous passerons sur l'importance d'être créatif car vous en avez bien conscience, et nous étudierons une technique efficace.

-SCAMMPERR : La découverte de cette technique de créativité doit être mise au compte des scientifiques Alex Osborn et Bob Elbern. SCAMMPERR est en fait un acronyme désignant une liste de terme qui représente le processus grâce auquel nous allons pouvoir trouver de nouvelles idées. Voici la liste de mot que représente cet acronyme :

- S: Substituer
- C: Combiner
- A: Adapter
- M: Magnifier
- M: Modifier
- P: Produire

- E: Éliminer
- R: Réorganiser
- R: Renverser

Vous devez premièrement identifier l'objet sur lequel vous souhaitez réfléchir. Est ce sur un nouveau slogan ? Un nouveau site web ? Un nouveau produit ?
Vous passerez ensuite l'objet de votre réflexion au crible de SCAMMPER. Vous ne devez pas vous arrêter avant d'être satisfait des réponses trouvées.
Voici quelques exemples de questions types que vous devez vous poser, la liste n'est pas exhaustive :

S: Substituer
Que puis-je échanger ? Qu'est ce que je pourrais mettre à la place ? Existe-t-il quelque chose que je peux substituer ?

C: Combiner
Quels éléments pourrais-je mélanger, fusionner à fin de multiplier les usages possibles ?

A: Adapter
Comment pourrais-je adapter l'objet de ma réflexion en fonction des éléments du passé ?

M: Magnifier
Que peut on rajouter pour agrandir, développer, rendre plus puissant ?

M: Modifier
Peut-on modifier l'esthétique ? Le son ? Le goût ?

P: Produire
Puis-je produire d'autres utilisations possibles ?

E: Eliminer
Peut-on éliminer quelque chose de superflu ?

R: Réorganiser
Il y a t-il possibilité de réorganiser les termes ?

R: Renverser
Est-t-il possible de faire l'inverse ? Le contraire ?

Entrainement

Choisissez l'objet de votre choix, et SCAMMPER !

Conclusion

D'autres techniques de créativité existent, mais n'étant pas le sujet de cette méthode, elles ne seront pas développées ici. Vous trouvez en bibliographie des ouvrages auxquels vous référer.

Conclusion générale de la méthode

Cette méthode de lecture rapide a eu pour but essentiel de faire de vous *un lecteur actif*. Nous vous avons enseigné l'art de lire de manière efficace, rapide et cela en mémorisant mieux votre lecture. Ces techniques sont à la portée de tous mais malheureusement trop peu utilisées. Nous vous prions de les faire connaitre autour de vous, car nous sommes convaincus qu'elles ne peuvent qu'améliorer la vie des personnes qui les maitrisent. Vous disposez maintenant d'un avantage certain sur vos collègues et vos amis. Surtout, continuez à utiliser ces techniques, plus vous vous entrainerez, plus votre lecture deviendra impressionnante de rapidité et plus vous prendrez du plaisir à acquérir des connaissances.

Bibliographie :

Physiologie de la lecture et de l'écriture (Paris, Retz, 1978) E. JAVAL
Mind Mapping : Organisez Vos Idées - avec le Mind Mapping - NP (Broché) de Jean-Luc Deladrière (Auteur), Frédéric Le Bihan (Auteur), Pierre Mongin (Auteur), Denis Rebaud (Auteur)
Créativité : La boîte à outils de la créativité de Edward de Bono (Broché - 4 mars 2004)
Les six chapeaux de la réflexion : La méthode de référence mondiale de Edward de Bono et Michèle Sauvalle (Broché - 7 avril 2005)

Copyright © 2009 www.Methodelecturerapide.fr
N° SIRET 518 392 840 00014 | CNIL 1400016